

## DEMONSTRASI PEMBUATAN PUJASERA (PUDING JAGUNG SEHAT GEMBIRA) SEBAGAI UPAYA PERBAIKAN GIZI BALITA UNDERWEIGHT DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS AMBARAWA

Komalasari Komalasari<sup>1</sup>, Farenza Mutiara Putri<sup>2</sup>, Shakira Listi Putri Dewani<sup>3</sup>, Neni Listiasari<sup>4</sup>, Apriliana Riwanti Putri<sup>5</sup>

<sup>1-5</sup> Prodi Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Aisyah Pringsewu  
Email: [jasmine.komalaa@gmail.com](mailto:jasmine.komalaa@gmail.com)

### ABSTRAK

Permasalahan gizi pada balita, khususnya kasus underweight (berat badan kurang), masih menjadi isu kesehatan masyarakat di berbagai daerah. Untuk mengatasi hal ini, tim pengabdian masyarakat melaksanakan intervensi strategis berupa Program Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal bergizi tinggi. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan edukasi gizi serta pembagian PMT guna meningkatkan status gizi balita. Kegiatan dilaksanakan secara partisipatif bersama ibu balita, kader posyandu, dan tokoh masyarakat pada tanggal 3 Juli 2025 di Kecamatan Ambarawa, Pringsewu. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh ibu balita dan kader posyandu di wilayah tersebut. Analisis data dilakukan secara deskriptif. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan berat badan pada balita serta peningkatan pemahaman orang tua mengenai pentingnya asupan gizi seimbang. Pengabdian ini tidak hanya berfokus pada aspek medis dan teknis, tetapi juga mengintegrasikan nilai-nilai akhlakul karimah seperti kasih sayang, tanggung jawab sosial, keikhlasan, dan amanah dalam melayani masyarakat.

**Kata Kunci:** Underweight, Program Makanan Tambahan (PMT), puding jagung, Gizi Balita

## **ABSTRACT**

*Nutritional problems among toddlers, particularly underweight cases (low body weight), remain a public health issue in various regions. To address this problem, a community service team implemented a strategic intervention in the form of a Supplementary Feeding Program (PMT) utilizing locally sourced, nutrient-rich foods. The aim of this activity was to provide nutrition education and distribute supplementary food to improve the nutritional status of toddlers. The program was carried out using a participatory approach involving mothers of toddlers, community health volunteers (posyandu cadres), and local leaders on July 3, 2025, in Ambarawa District, Pringsewu. The target audience included all mothers of toddlers and posyandu cadres in the area. Data were analyzed using descriptive methods. The results showed an increase in toddlers' body weight and improved parental understanding of the importance of balanced nutrition. This community service not only focused on medical and technical aspects but was also integrated with moral and ethical values (akhlakul karimah), such as compassion, social responsibility, sincerity, and trustworthiness in serving the community.*

**Keywords:** Underweight, Supplementary Feeding Program (PMT), corn pudding, Toddler nutrition

## LATAR BELAKANG

Masalah gizi kurang, khususnya kondisi underweight pada balita, merupakan isu kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia. Data dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi balita dengan status gizi kurang mencapai 12,3%, yang berarti lebih dari satu dari sepuluh anak mengalami berat badan di bawah standar usianya [1]. Kondisi ini memperlihatkan tantangan serius dalam upaya perbaikan status gizi anak, yang berpotensi berdampak jangka panjang pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak-anak tersebut.

Pentingnya gizi seimbang selama masa kehamilan menjadi kunci untuk mencegah masalah gizi pada balita. Ibu hamil yang tidak mendapatkan asupan gizi yang memadai berisiko melahirkan bayi dengan berat badan rendah, yang dapat memicu siklus gizi kurang yang terus berlanjut dan berpengaruh negatif terhadap kesehatan anak [2]. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan sangat penting, dan upaya edukasi terhadap ibu hamil perlu ditingkatkan agar mereka dapat memberikan nutrisi yang baik bagi janin.

Program Makanan Tambahan (PMT) telah terbukti efektif sebagai intervensi dalam mengatasi masalah gizi kurang, terutama di daerah pedesaan yang memiliki keterbatasan akses terhadap informasi gizi. Melalui pendekatan partisipatif yang melibatkan ibu balita, kader posyandu, dan tokoh masyarakat, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan serta keterampilan dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan bergizi [3]. Kegiatan ini tidak hanya bertujuan untuk memperbaiki status gizi, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai sosial dan moral yang penting dalam pelayanan kesehatan masyarakat, seperti tanggung jawab sosial dan kepedulian terhadap sesama.

Dalam konteks ini, laporan ini bertujuan untuk menjelaskan implementasi program demonstrasi pembuatan PUJASERA (Puding Jagung Sehat Gembira) sebagai upaya perbaikan gizi bagi balita underweight di Kecamatan Ambarawa. Selain itu, laporan ini juga akan mengevaluasi dampaknya terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku masyarakat dalam memenuhi kebutuhan gizi anak, serta memberikan rekomendasi untuk pengembangan program serupa di masa mendatang [4]. Diharapkan, kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat langsung bagi masyarakat, tetapi juga berkontribusi pada upaya jangka panjang dalam perbaikan status gizi di wilayah tersebut.

## METODE

Metode yang akan diterapkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan secara langsung dengan media leaflet, demonstrasi pembuatan program makanan tambahan (PMT) balita. Populasi atau sasaran dalam pengabdian ini adalah ibu balita sebanyak 10 orang dan 2 orang kader posyandu. Waktu pelaksanaan pada tanggal 3 Juli 2025 di Wilayah Kecamatan Ambarawa, Pringsewu. Evaluasi menggunakan kuisioner, lembar checklist tentang masalah gizi kurang (*underweight*) pada balita. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan demonstrasi pembuatan PUJASERA (Puding Jagung Sehat Gembira) dilaksanakan pada tanggal 4 Juli 2025 di Posyandu Kenanga, Ambarawa, dengan dihadiri oleh 10 peserta yang terdiri dari ibu-ibu balita dan kader posyandu. Sebelum kegiatan dimulai, peserta diberikan kuesioner pre-test untuk mengukur pengetahuan awal mereka mengenai gizi. Hasil pre-test menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan peserta adalah 65%. Setelah sesi penyuluhan dan demonstrasi, peserta kembali mengisi kuesioner post-test. Hasil post-test menunjukkan peningkatan signifikan, dengan rata-rata skor pengetahuan mencapai 81,25%, yang berarti terdapat peningkatan sebesar 16,25% [3].

Selama sesi demonstrasi, peserta terlibat aktif dalam proses pembuatan PUJASERA. Mereka diajarkan cara memilih bahan, mengolah jagung, dan menyajikan puding dengan cara yang menarik. Banyak peserta yang menyatakan bahwa mereka merasa lebih percaya diri untuk mencoba membuat PUJASERA di rumah setelah mengikuti demonstrasi tersebut. Selain itu, peserta juga menerima materi edukatif dalam bentuk leaflet dan poster yang dapat dibawa pulang untuk referensi lebih lanjut [4].



**Gambar 1**  
**Pembuatan PUJASERA (Puding Jagung Sehat Gembira)**



**Gambar 2**  
**Dokumentasi Bersama hasil pembuatan PUJASERA (Puding Jagung Sehat Gembira)**

Peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah kegiatan menunjukkan efektivitas pendekatan edukatif yang digunakan dalam program ini. Hasil post-test yang lebih tinggi dari pre-test menunjukkan bahwa peserta berhasil memahami pentingnya gizi seimbang, terutama untuk balita underweight. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi gizi yang baik dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku masyarakat terkait pola makan sehat [2].

Selain itu, keterlibatan peserta dalam sesi demonstrasi pembuatan PUJASERA menjadi salah satu faktor kunci dalam keberhasilan program ini. Proses pembelajaran yang bersifat praktis memungkinkan peserta untuk langsung menerapkan pengetahuan yang diperoleh, sehingga memperkuat pemahaman mereka tentang cara mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan bergizi. Pendekatan ini juga sejalan dengan model pengabdian masyarakat yang berbasis komunitas, di mana masyarakat dilibatkan secara aktif dalam proses identifikasi masalah dan Solusi [3].

Dari segi sosial, program ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan gizi, tetapi juga membangun kolaborasi antara tim pengabdi, kader posyandu, dan masyarakat. Keterlibatan berbagai pihak dalam kegiatan ini menciptakan dukungan sosial yang dapat memperkuat implementasi program kesehatan di masa mendatang. Oleh karena itu, kegiatan ini diharapkan dapat menjadi model bagi program-program gizi lainnya di wilayah pedesaan, terutama dalam konteks pemberdayaan masyarakat dan perbaikan status gizi anak [4].

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif dalam edukasi gizi memiliki potensi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang. Dengan demikian, upaya untuk memperbaiki status gizi anak di Kecamatan Ambarawa dapat dilanjutkan melalui program-program serupa yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil dilaksanakan dengan baik dan memberikan dampak yang positif bagi masyarakat, khususnya ibu balita dan kader posyandu di wilayah kerja Puskesmas Ambarawa. Melalui pendekatan edukatif dan praktik langsung berupa demonstrasi pembuatan PUJASERA (Puding Jagung Sehat Gembira), peserta mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 16,25% mengenai pentingnya gizi seimbang untuk balita underweight. Inovasi makanan tambahan bergizi berbahan dasar jagung ini terbukti mudah diterima dan diaplikasikan oleh masyarakat karena menggunakan bahan lokal yang terjangkau dan bernilai gizi tinggi. Kegiatan ini juga berhasil membangun kolaborasi antara tim pengabdi, kader posyandu, dan masyarakat, serta membuka peluang untuk pengembangan lanjutan dalam bentuk pelatihan, pemberdayaan ekonomi keluarga, dan integrasi ke dalam program posyandu rutin.

### **Saran**

Program Makanan Tambahan (PMT) ini perlu dilaksanakan secara rutin dan terintegrasi dengan edukasi gizi. Pemberdayaan kader posyandu melalui pelatihan berkelanjutan juga penting untuk memperkuat peran mereka di masyarakat. Pemanfaatan pangan lokal perlu terus didorong karena mudah diakses dan bernilai gizi tinggi. Selain itu, pelibatan tokoh masyarakat dan penguatan nilai-nilai akhlakul karimah akan memperkuat dimensi moral dalam pelayanan. Monitoring dan evaluasi berkala perlu dilakukan untuk menilai efektivitas program dan memastikan perbaikan berkelanjutan.

### **UCAPAN TERIMAKASIH (Bila Ada)**

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan program ini. Pertama-tama, kami sampaikan penghargaan yang tulus kepada Universitas Aisyah Pringsewu yang telah mendukung kami dalam setiap langkah kegiatan ini.

Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada Ketua Posyandu Kenanga dan seluruh kader yang telah bekerja sama dengan penuh semangat dan dedikasi. Tanpa dukungan dan partisipasi aktif dari ibu-ibu balita serta masyarakat setempat, program ini tidak akan berjalan dengan sukses.

Semoga kerjasama ini menjadi awal dari banyak kegiatan positif lainnya yang dapat memberikan manfaat bagi masyarakat. Kami berharap apa yang telah dilakukan dapat menjadi inspirasi untuk terus berusaha memperbaiki status gizi di lingkungan kita. Terima kasih atas kepercayaan dan dukungan yang telah diberikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Badan Pusat Statistik. (2024). Badan Pusat Statistik dalam Angka 2023 kecamatan Pringsewu. [Internet]. Pringsewu: Badan Pusat Statistik.
- [2] Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI) [Internet]. Kemenkes. 235.
- [3] Lestari AFD, Pindani EH, Faizah L, Nafa'ani N, Oktrisia R, Aulia S, et al. (2024). Demonstrasi Pemberian Makanan Tambahan “Pudding Jagung” Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Ngampelrejo Kecamatan Jombang Kabupaten Jember. *J Pengabdi Masy Indones.* 1(6):169–72.
- [4] Muhammad Khoiruddin Al Amin, Sinta Nadziatul Izqia, Eka Zuni Astuti, Miss Nipatimoh Phudaro, Ninis Mukaromatul Hikmah, Fashara Fananda Hutami, et al. (2024). Penyuluhan dan Demo Masak dalam Upaya Pemberdayaan Ekonomi Kreatif Masyarakat sebagai Peningkatan Kesejahteraan dan Upaya Pencegahan Stunting. *Kegiat Positif J Has Karya Pengabdi Masy.* 2(1):183–9.